

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**RELIGIOSIDADE, OBJECTIVOS DE VIDA E BEM-
ESTAR PSICOLÓGICO EM DESEMPREGADOS NA
MEIA-IDADE**

Soraia Fernandes Gonçalves

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/ Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica

2015

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**RELIGIOSIDADE, OBJECTIVOS DE VIDA E BEM-
ESTAR PSICOLÓGICO EM DESEMPREGADOS NA
MEIA-IDADE**

Soraia Fernandes Gonçalves

Dissertação orientada pelo Prof. Doutor Bruno Gonçalves

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/ Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica

2015

Agradecimentos

Em primeiro lugar, quero agradecer ao Professor Bruno Gonçalves, pela paciência, tolerância e disponibilidade com que orientou este trabalho.

Quero agradecer também ao meu pai, pela influência que teve na pessoa que sou hoje, e à minha mãe, por ser uma lutadora.

Quero agradecer a toda a minha família pelo apoio. Aos Gonçalves, pelas memórias de infância e pelo carinho. Aos Fernandes por estarem presentes incondicionalmente, e por serem um exemplo de união. Aos Borges, por fazerem parte da minha vida, e pela genuinidade (com muita comédia à mistura!).

Quero agradecer à Cris, por todas as parvoíces que nos animaram ao longo deste percurso, face às peripécias pelas quais passamos juntas.

Quero agradecer à Isabel, por ter feito este percurso comigo, e por se ter tornado numa pessoa tão importante na minha vida - "já és da casa".

Quero agradecer à Sofia, por todos os momentos passados; à Lili, pelo espírito curioso e aventureiro; ao Patrick, por fornecer sempre momentos de comédia; ao Márcio, por acreditar tanto em mim.

Para terminar, quero agradecer a todos os que auxiliaram na realização desta dissertação, nomeadamente os participantes - a vossa colaboração tornou este trabalho possível.

Resumo

O presente estudo pretende investigar a relação entre as variáveis tempo de desemprego, religiosidade e objectivos de vida com a variável bem-estar, em indivíduos desempregados de meia idade. Vários autores consideram que o desemprego é uma situação de privação das experiências benéficas que o emprego fornece, comprometendo o bem-estar (Feather, 1990a). Outros autores explicam o desemprego como uma situação geradora de stress, avaliada pelos indivíduos como uma situação que implica perdas e possíveis danos futuros (Feather, 1990).

Os objectivos de vida são uma das dimensões com maior peso para o bem-estar (Ryff & Singer, 2008), dado que permitem aos indivíduos ultrapassar as dificuldades com que se deparam ao longo da sua vida (Frankl, 1959 citado por Bronk, 2013a) e atribuir um significado ao sofrimento (Frankl, 2006). Assim, esta pode ser uma variável de importância para a compreensão da vivência do desemprego.

A investigação acerca da religiosidade considera esta variável como contribuinte para o bem-estar dos indivíduos (Hood, Hill & Spilka, 2009c), podendo ainda funcionar como mecanismo de coping face a acontecimentos de vida stressantes (Dein, Cook, Powell & Eagger, 2011; Williams & Sternthal, 2007; Hood, Hill & Spilka, 2009c), como é o caso do desemprego.

A amostra deste estudo é composta por 40 participantes residentes do concelho de Valença do Minho, de ambos os sexos e actualmente desempregados, com idades compreendidas entre os 40 e os 65 anos de idade.

Verificou-se a existência de uma correlação positiva estatisticamente significativa entre as variáveis bem-estar e objectivos de vida. Não foi encontrada uma correlação significativa entre o Tempo de Desemprego e o Bem-Estar. Verificou-se a existência de uma correlação negativa das variáveis Práticas Religiosas e Orientação Religiosa Intrínseca com a variável Bem-Estar. Neste estudo, as variáveis Objectivos de Vida e Orientação Religiosa Intrínseca são preditoras da variável Bem-Estar.

Palavras-chave: Desemprego, Religiosidade, Práticas Religiosas, Objectivos de Vida, Bem-Estar Psicológico, Meia Idade.

Abstract

This study aims to examine the relationship between the duration of unemployment, religiosity and purpose in life with the psychological well-being, in middle aged unemployed individuals. Various authors consider that unemployment is a situation that deprives the individuals from benefiting from the experiences that jobs offer, compromising their well-being (Feather, 1990a). Other authors explain the impact of unemployment on well-being considering that this situation generates stress because it is assessed by the unemployed individuals as a situation that implies losses and possible future damages (Feather, 1990b).

Purpose in life is one of the dimensions with greater impact on well-being (Ryff & Singer, 2008), because they allow the individuals to overcome the difficulties in their lives (Frankl, 1959, as cited in Bronk, 2013a) and offer a meaning to the suffering (Frankl, 2006). Considering this, purpose in life can be an important variable in the study of unemployment.

Religiosity investigation considers that this variable contributes to the individuals well-being (Hood, Hill & Spilka, 2009c), and can be used as a coping strategy when facing stressful life events (Dein, Cook, Powell & Eagger, 2011; Williams & Sternthal, 2007; Hood, Hill & Spilka, 2009c), such as an unemployment situation.

The sample of this study is composed of 40 participants residing in the municipality of Valença do Minho, of both genders and currently unemployed, and aged between 40 and 65 years.

A positive and statistically significant correlation was found between the variables Well-Being and Purpose in Life. We found no statistically significant correlations between Duration of Unemployment and Well-Being. We found a positive and statistically significant correlation between Purpose in Life and Well-Being. A negative and statistically significant correlation was found for Religious Practices and Intrinsic Religiosity with the Well-Being variable. In this study, Purpose in Life and Intrinsic Religiosity are predicting variables of the Well-Being.

Keywords: Unemployment, Religiosity, Religious Practices, Purpose in Life, Psychological Well-Being, Middle Age.

Índice

Introdução	1
Capítulo I - Enquadramento Teórico	3
1. O Desemprego	3
1.1 Modelos Teóricos do Desemprego	4
1.1.1 Modelo das Vitaminas de Warr	4
1.1.2 Modelo Transaccional de Stress de Lazarus.....	8
1.2 Factores que modulam a reacção ao desemprego	10
2. Bem-Estar	13
2.1 Investigação do Impacto do Desemprego no âmbito do Bem-Estar.....	13
2.2 Investigação acerca do Desemprego e Bem-Estar em Portugal.....	14
2.3 Conceptualização Teórica do Bem-Estar	16
3. Objectivos de Vida.....	17
3.1 Conceptualização Teórica de Frankl.....	17
3.2 Investigação acerca da relação entre os Objectivos de Vida e o Bem-Estar	18
4. Religiosidade.....	19
4.1 Investigação no âmbito da religiosidade e bem-estar	20
4.2 Investigação no âmbito da religiosidade e desemprego.....	22
4.3 Teoria da Orientação Religiosa de Allport	23
Capítulo II - Objectivos e Metodologia	24
5. Objectivos	24
6. Metodologia	24
6.1 Participantes.....	24
6.2 Instrumentos.....	25
6.2.1 Questionário Sócio-demográfico	25
6.2.2 Questionário de Prática Religiosa	25
6.2.3 Escala de Orientação Religiosa-R.....	26
6.2.4 Teste dos Objectivos de Vida	26
6.2.5 Escalas de Bem-Estar Psicológico	27
6.3 Procedimento de recolha da amostra	28
6.4 Procedimento Estatístico.....	28
Capítulo III - Resultados	30

CAPÍTULO 4 – Discussão dos Resultados	33
9. Discussão dos Resultados	33
9.1 Objectivo 1	34
9.2 Objectivo 2.....	35
9.3 Objectivo 3.....	36
Conclusões, limitações e implicações futuras.....	37
Referências.....	39

Introdução

A situação económica que Portugal actualmente atravessa resulta da crise do sistema financeiro de 2007 (OPSS, 2010). Esta crise, que afectou os países da OECD (Organization for the Economic Co-operation and Development), foi a maior retracção económica desde a década de 1930 (WHO, 2009).

Em 2014 a taxa nacional de desemprego total foi de 13,9% (INE, 2015). A crise continua a ter impacto sobre a população (OPSS, 2015), uma vez que esta é também uma crise de emprego, com grande impacto no mercado de trabalho. Sabendo que a crise se faz sentir sobretudo na população desempregada (Jahoda, 1988), é necessária uma maior compreensão da experiência do desemprego, e e que consequências daí advêm.

Desde a década de 1930 que a investigação do impacto do desemprego no bem-estar tem aumentado, e existem actualmente múltiplos modelos que têm como objectivo explicar esta relação e prever de que forma os indivíduos vivem o desemprego (Warr, 2007f). O emprego oferece várias experiências benéficas para os indivíduos (Jahoda, 1982, cit. in Feather, 1990a). Uma situação de desemprego impede que os indivíduos experienciem os efeitos positivos associados às características do emprego, comprometendo o seu bem-estar (Feather, 1990a).

A relevância do presente trabalho prende-se com vários aspectos. Em primeiro lugar, e dada a elevada taxa de desemprego em Portugal, a temática do desemprego apresenta-se como uma área de investigação relevante. Uma vez que esta investigação será constituída por uma amostra da população portuguesa, esta é também uma investigação de relevância cultural.

A religião pode influenciar a forma como os indivíduos enfrentam e ultrapassam situações de vida adversas (Park, 2005), podendo assim apresentar-se como uma variável relevante na vivência do desemprego. Uma das dimensões mais relacionadas com o bem-estar psicológico e físico são os objectivos de vida (Ryff & Singer, 2008, citado por Bronk, 2013b). A existência de objectivos de vida permite aos indivíduos suportar e ultrapassar os desafios com que se deparam (Ryff & Singer, 2008, citado por Bronk, 2014b), pelo que um grau elevado de objectivos de vida pode ser um factor favorável numa situação de desemprego.

Por outro lado, as investigações anteriores feitas na população portuguesa sobre a relação entre a religião e bem-estar apresentam resultados pouco claros (e.g.

Lobo, 2012; Garrett, 2010; Peixeiro, 2011; Toste, 2012; Rodrigues, 2010). Este estudo pretende ser mais um contributo para o esclarecimento destes resultados.

Por último, existe um número muito reduzido de estudos sobre a relação entre o desemprego e a religiosidade, e alguma escassez de investigação sobre os objectivos de vida na população portuguesa.

O presente trabalho pretende investigar a relação entre as variáveis tempo de desemprego, objectivos de vida e religiosidade com o bem-estar, em adultos de meia-idade (considerando-se neste estudo o intervalo entre 40 e 65 anos). Para isto, recorreu-se ao modelo de bem-estar de Ryff, à conceptualização de objectivos de vida de Frankl, e à teoria da orientação religiosa de Allport.

Relativamente à organização deste trabalho, inicialmente apresenta-se o enquadramento teórico do estudo (Capítulo I). Este incide primeiramente sobre a temática do desemprego, modelos teóricos que abordam a reacção ao desemprego e a vivência deste, e investigação relativa a factores que parecem modular a reacção à situação de desemprego. É também abordado o bem-estar, nomeadamente a investigação do impacto do desemprego no bem-estar, bem como a conceptualização de Ryff.

De seguida é introduzida a variável objectivos de vida e sua conceptualização segundo Frankl, bem como investigação acerca dos objectivos de vida e o bem-estar. Por último, apresenta-se uma revisão da investigação existente acerca da relação entre a religiosidade e o bem-estar, bem como investigação referente à religiosidade e o desemprego. Apresenta-se ainda a Teoria da Orientação Religiosa de Allport.

O segundo capítulo apresenta os objectivos da investigação e a metodologia usada neste estudo, nomeadamente a caracterização dos participantes, instrumentos usados, procedimentos de recolha da amostra e procedimentos de análise estatística. Por último, o terceiro capítulo dedica-se à discussão dos resultados, seguido das conclusões, limitações e implicações futuras deste estudo.

Capítulo I - Enquadramento Teórico

1. O Desemprego

O emprego pode ser operacionalizado enquanto uma troca contratual, entre duas partes, em que uma vende e outra compra trabalho, sendo esta troca feita habitualmente por dinheiro (Fryer & Payne, 1986, citado por Bento, 2003). Na cultura da sociedade moderna o emprego ocupa um papel central para os indivíduos, sendo associado a características nobres como "ter uma vocação" e "ser trabalhador" (Jardim, 2011).

Actualmente, o desemprego apresenta-se como um problema crónico que afecta as sociedades contemporâneas a vários níveis (Outhwaite e Bottomore, 1996, citado por Gondim, Estramiana, Luna, Oliveira & Sousa, 2010). Portugal não é excepção, encontrando-se numa situação de crise, caracterizada pelo crescimento acentuado da taxa de desempregados, bem como pelas consequências sociais, económicas e pessoais que esta originou (Gonçalves, 2005). O trabalho, enquanto factor de peso contribuinte para a integração social, é cada vez mais escasso, e as condições que este oferece são cada vez mais reduzidas (Valadas, 2013).

Ao nível individual, a situação de desemprego tanto pode ser resultante da entrada para o mercado de trabalho, sem ainda ter conseguido obter um emprego, como resultante da perda do emprego que se possuía. A perda do emprego normalmente acarreta stress, quer este seja resultante da antecipação desta perda (no caso, por exemplo, do fecho de uma fábrica), provocado pelo despedimento em si, ou até pelo processo de procura de um novo emprego e reinserção num novo posto de trabalho (Dooley, Fielding & Levi, 1996).

Com base em investigações realizadas alguns autores indicam que, apesar de existirem empregos com características profundamente desagradáveis, os indivíduos desempregados prefeririam sempre permanecer nesses postos de trabalho (Grün, Hauser & Rhein, 2010), o que atesta a importância do emprego na vida dos indivíduos.

1.1 Modelos Teóricos do Desemprego

Tal como existem vários factores de motivação para aceitar um emprego para além do salário, também a situação de desemprego é complexa e envolve vários factores internos e externos (Bosco, 2005, citado por Eichhorne, 2013). Na tentativa de analisar do ponto de vista psicológico a complexidade da vivência do desemprego, várias teorias surgiram ao longo dos anos. De seguida, referirei um modelo específico do emprego, desemprego e reforma - Modelo das Vitaminas de Warr. Irei também mencionar um modelo geral aplicável ao desemprego - Modelo Transaccional de Stress de Lazarus.

1.1.1 Modelo das Vitaminas de Warr

O Modelo das Vitaminas de Warr (1987, citado por Feather, 1990a) é um modelo que tem por base trabalhos anteriores do autor, em que este descreve as diferenças entre experiências de empregos e situações de desemprego psicologicamente "boas" e "más" (Feather, 1990a).

O autor propõe que a saúde mental dos indivíduos é influenciada por factores individuais, como as variações individuais do nível de saúde mental em baseline, as estratégias de coping a que se recorre e outros factores como o empenho no emprego, em conjunto com vários factores externos (Warr, Jackson & Banks, 1988).

O Modelo das Vitaminas apresenta um conjunto de nove categorias que englobam estes dois tipos de factores - do indivíduo e do ambiente em que este se encontra inserido - e as relações entre estes (Warr, Jackson & Banks, 1988). Estas categorias permitem caracterizar as circunstâncias dos indivíduos, de forma a poder identificar que características são afectadas em que situações, e as consequências que daí podem advir (Warr, Jackson & Banks, 1988).

As principais categorias propostas para a caracterização de empregos, situações de desempregos e reformas, bem como a explicação dos efeitos destes, são as seguintes (Warr, 2007):

- Oportunidade para o controlo (Warr, 2007a):

Se o ambiente proporcionar oportunidades em que os indivíduos podem ter

controlo sobre acontecimentos e tarefas, os indivíduos sentir-se-ão mais satisfeitos e felizes. Contudo, a percepção de controlo depende não só das características do emprego, mas também das características pessoais de cada indivíduo. Esta característica, por si só, é benéfica. No entanto, as suas consequências positivas podem alargar-se a outros aspectos do emprego - a existência de oportunidade para o controlo permite aos indivíduos modificarem outras características do ambiente de forma benéfica.

- Oportunidade para o uso de competências (Warr, 2007a):

No local de trabalho, o uso e desenvolvimento das competências dos indivíduos pode ser desencorajado ou incentivado, o que irá influenciar o bem-estar destes. A oportunidade de poderem usar as suas capacidades para resolver problemas e contribuir para o desenvolvimento de projectos de forma a atingir objectivos é, em si, gratificante. Outro aspecto que contribui para a felicidade e satisfação dos indivíduos é a possibilidade de poder utilizar a sua criatividade em projectos desafiantes.

A oportunidade para o uso de competência também depende do indivíduo, e em que medida possui as capacidades e conhecimentos necessários para executar as tarefas. Esta característica pode encontrar-se associada à anteriormente referida, na medida em que o uso das competências do próprio implica que este tenha um certo controlo sob o ambiente.

- Objectivos gerados externamente (Warr, 2007a):

A existência de objectivos externos motiva os indivíduos porque fomenta o trabalho, o que permite atingir consequências positivas. Também os indivíduos determinam objectivos para si próprios, com base nas suas necessidades, valores e desejos pessoais.

É necessário referir que, em demasia, esta característica pode ser prejudicial para a performance e felicidade dos trabalhadores - tal como a existência de demasiados objectivos ou de objectivos demasiado difíceis.

- Variedade de experiências (Warr, 2007b):

A variedade de actividades é benéfica para os trabalhadores porque cria

dinamismo e diminui a monotonia. Uma tarefa inicialmente vista como interessante e diferente torna-se repetitiva e monótona ao longo do tempo, diminuindo assim a sensação de recompensa quando esta é finalizada.

- Clareza do ambiente (Warr, 2007b):

Esta característica remete para três aspectos diferentes. Para que um ambiente seja claro, é necessário que haja previsibilidade, de forma a que os trabalhadores possam agir e antecipar as consequências das suas acções, e planear o futuro, prevendo certos desenvolvimentos. O papel dos trabalhadores e os comportamentos normativos e esperados para os cargos que ocupam devem também ser claros, de forma a que não existam dúvidas ou ambiguidades, e que o trabalhador possa corresponder ao que é esperado dele. Por último, deve existir a oportunidade de obter feedback, de forma a que os indivíduos possam avaliar as suas acções e resultados, fazendo reajustamentos se necessário.

- Oportunidades para estabelecimento de contactos interpessoais (Warr, 2007b):

Vários ambientes oferecem oportunidades diferentes de estabelecer contactos com outras pessoas. No entanto, esta característica é importante porque o contacto interpessoal permite diminuir sentimentos de solidão, podendo fazer surgir amizades. O contacto com os outros também permite obter ajuda e apoio social, quer seja emocional, instrumental ou motivacional.

Ao estabelecer contactos interpessoais, surge a oportunidade de comparação social (Festinger, 1954, citado por Warr, 2007), algo que permite uma interpretação e reavaliação do próprio e das suas capacidades. A aprendizagem dos comportamentos normativos e das rotinas também é facilitada pela interacção com os outros, o que permite uma melhor adaptação. Por último, é necessário ter em conta que muitos objectivos apenas podem ser atingidos a partir da colaboração de múltiplos indivíduos, pelo que o contacto interpessoal é necessário e benéfico.

- Disponibilidade monetária (Warr, 2007c):

A importância do dinheiro para a felicidade é clara, e em situações de reforma e desemprego existe uma pressão financeira que afecta o bem-estar dos indivíduos. Nestas situações, as necessidades pessoais e familiares podem exceder os recursos

financeiros, e os indivíduos vêm-se obrigados a reduzir as suas actividades de lazer.

A pobreza também causa alterações noutras características ambientais, como por exemplo a diminuição da oportunidade para o controlo em actividades que impliquem dinheiro. No entanto, o efeito desta característica é limitado: enquanto que uma redução acentuada do dinheiro dos indivíduos provoca infelicidade, quantidades exorbitantes de dinheiro não implicam maiores benefícios, comparativamente com quantidades mais moderadas.

- Segurança física (Warr, 2007c):

Uma das necessidades essenciais para os indivíduos é a sua segurança física. Como tal, os ambientes devem ser ambientes protectores, onde não existem ameaças físicas e com as características adequadas que permitam a realização das actividades do dia-a-dia. Estas características variam de setting para setting, e diferentes características são desejáveis em diferentes contextos.

- Prestígio social (Warr, 2007c):

Esta característica prende-se com o estatuto que os indivíduos têm, de que forma se posiciona em relação às estruturas sociais (família, local de trabalho, entre outros), e que grau de reconhecimento e estima obtêm deste estatuto. Tendo em conta a existência de várias estruturas sociais, o reconhecimento e valor atribuído ao indivíduo varia, mas é possível para este obter este reconhecimento de várias fontes diferentes.

A percepção objectiva e subjectiva da posição social podem diferir, dependendo das atribuições pessoais de cada indivíduo face às actividades executadas.

Warr (2007d) considera que as características acima referidas podem variar no seu efeito, tal como as vitaminas. Algumas vitaminas, quando em demasia, podem ser tóxicas. Contudo, défices destas vitaminas podem causar problemas de saúde - por exemplo, as vitaminas A e D. Desta forma, o autor considera que as características oportunidade para o controlo, oportunidade para o uso de competências, objectivos gerados externamente, variedade de experiências, oportunidades para estabelecimento

de contactos interpessoais e clareza do ambiente são análogas às vitaminas A e D (Warr, 2007d).

Outras vitaminas, tal como as vitaminas C e E, quando em défice provocam problemas de saúde, mas concentrações elevadas não apresentam riscos para a saúde nem intensificam os efeitos positivos da vitamina, tendo assim um efeito constante. As características associadas a este efeito são segurança física, disponibilidade monetária e prestígio social (Warr, 2007d).

Segundo este modelo, o desemprego pode ser psicologicamente "bom" ou "mau", dependendo da presença ou ausência destas características (Feather, 1990a), podendo ser análogo a um défice vitamínico. Este modelo permite caracterizar as diferenças na qualidade do trabalho e de outras situações sociais a partir das nove características referidas (Feather, 1990a).

O modelo das vitaminas de Warr pode ser considerado como um desenvolvimento dos modelos de privação, uma vez que recupera a ideia da existência de características dos locais de trabalho que podem influenciar o bem-estar dos indivíduos (Hanisch, 1999), e que a privação destas características implica a diminuição do bem-estar dos desempregados. Contudo, este modelo apresenta uma maior versatilidade, uma vez que inclui factores externos e internos (Feather, 1990a).

1.1.2 Modelo Transaccional de Stress de Lazarus

O modelo de Lazarus (1966) considera que um indivíduo encontra-se em stress quando percepciona exigências ambientais que parecem ultrapassar os recursos do próprio e as consequências que daqui advêm são percepcionadas como tendo uma influência negativa no seu bem-estar (Jacobson, 1987). Assim, neste modelo o stress é resultante da relação entre a pessoa e o ambiente, que é avaliado pelo próprio como ultrapassando os seus recursos ou ameaçando o seu bem-estar (Lazarus & Folkman, 1987). Esta avaliação envolve dois processos: a avaliação cognitiva das exigências ambientais e as estratégias e capacidade de resposta dos indivíduos (Feather, 1990b.).

A avaliação cognitiva refere-se à ponderação feita pelo indivíduo relativamente à troca ou trocas entre o próprio e o ambiente, relevantes para o seu bem-estar (Lazarus & Folkman, 1987). Existem dois níveis de avaliação. Ao nível primário, a avaliação feita prende-se com a existência ou não existência de segurança

para o próprio, bem como a possibilidade de obtenção de benefícios (Feather, 1990b.). Numa situação de desemprego, a avaliação feita pelos indivíduos pode diferir, dependendo da percepção que cada um tem das perdas que o desemprego acarreta (como a perda do salário), da possibilidade de existirem perdas e danos futuros (por exemplo, a necessidade de reduzir as actividades sociais em que o sujeito participava), e ainda das oportunidades que surgem a partir desta situação (Feather, 1990b.). Dependendo da avaliação feita, as reacções dos indivíduos face ao desemprego podem variar.

Ao nível secundário, a avaliação feita prende-se com a percepção que o indivíduo tem do que pode fazer, ou seja, que recursos de coping possui para fazer face à situação em que se encontra (Feather, 1990b.). Ambas estas avaliações contribuem para o grau de stress e a qualidade da reacção emocional experienciada (Feather, 1990b.). Tanto a avaliação primária como a secundária são influenciadas por factores pessoais e situacionais (Lazarus & Folkman, 1987). Os factores pessoais prendem-se a motivações, objectivos e valores do indivíduo, bem como as suas crenças (quer sejam relativas ao controlo percebido ou, por exemplo, crenças existenciais) (Lazarus & Folkman, 1984 citado por Feather, 1990b.). Como factores situacionais pode-se considerar, entre outros, a novidade, previsibilidade, incerteza, características temporais, ambiguidade e o momento em que o acontecimento stressor surge (Lazarus & Folkman, 1984 citado por Feather, 1990b.).

Neste modelo teórico, o conceito de coping é definido como o esforço feito no sentido de lidar com as exigências internas e/ou externas, avaliadas como exigentes, ou como superiores aos recursos pessoais existentes (Lazarus & Folkman, 1987). Os autores consideram dois principais tipos de coping: coping emocional, relativo à regulação da reacção emocional à situação ou problema; coping instrumental, orientado para a modificação do problema (Lazarus & Folkman, 1984 citado por Feather, 1990b.). O coping é ainda influenciado por restrições relativas ao uso de recursos (Feather, 1990b.).

Fryer e Payne (1984) referem considerar possível o desenvolvimento de um modelo teórico que seja simultaneamente preciso e equilibrado. Para isto, os autores indicam a necessidade de ter em conta tanto a agência como a dependência dos indivíduos e trabalhar para uma maior compreensão dos aspectos positivos e negativos do desemprego.

Os autores reforçam ainda a necessidade de ir para além da visão redutora que é considerar a influência do emprego apenas enquanto uma instituição que impõe valores e horários, ou só ter em conta o que resta desta experiência quando os indivíduos se encontram desempregados (Fryer e Payne, 1984).

Os modelos teóricos referidos evidenciam que têm sido feitos esforços neste sentido. Os modelos apresentam as suas qualidades e lacunas, mas são contributos para o desenvolvimento e maior compreensão da problemática das reacções ao desemprego e vivência deste (Feather, 1990a).

1.2 Factores que modulam a reacção ao desemprego

A reacção ao desemprego é dependente de vários factores, que podem acentuar ou atenuar os efeitos negativos do desemprego (Dimas, Pereira & Canavarro, 2013). Numa investigação acerca da adaptação ao desemprego prolongado, Warr e Jackson (1987) encontraram alguns factores que influenciavam esse processo: o empenho em encontrar um emprego novo, idade, e natureza das relações sociais do indivíduo.

O factor idade influenciava a adaptação, sendo esperada uma adaptação mais facilitada por parte de indivíduos jovens ou mais velhos, promovendo uma pior adaptação para indivíduos de meia-idade (Warr & Jackson, 1987). Um grau elevado de empenho em encontrar um emprego novo também se correlaciona com um menor grau de adaptação (Warr & Jackson, 1987). Relativamente ao factor relações sociais, a dimensão contacto social é a dimensão que parece influenciar o processo de adaptação (Warr & Jackson, 1987).

Os autores sugerem ainda a seguinte classificação de formas de adaptação a situações de desemprego prolongado (Warr & Jackson, 1987). A adaptação construtiva é caracterizada pela atitude proactiva adoptada pelos desempregados no sentido de desenvolver novos interesses e actividades, fora do mercado de trabalho - explorar hobbies, expandir a rede social e trabalho de voluntariado são alguns exemplos. Esta forma de adaptação permite que o desempregado retire benefícios da sua condição, e promove níveis mais elevados de bem-estar, competência, ambição e autonomia (Warr & Jackson, 1987).

Uma segunda forma de adaptação é designada por adaptação resignada. Esta forma de adaptação também evidencia uma melhoria dos níveis de bem-estar dos indivíduos desempregados dado existir um desinvestimento, com redução da autonomia, competência e ambição (Warr & Jackson, 1987). Contudo, as melhorias no bem-estar são mais reduzidas, e as mudanças destes aspectos do funcionamento são negativas e menos saudáveis (Warr & Jackson, 1987).

Warr e Jackson (1987) sugerem ainda a existência de uma terceira forma de adaptação, nomeada por desespero. Os indivíduos adoptam esta forma de adaptação reportam níveis mais reduzidos de bem-estar e ambição, autonomia e competência, podendo apresentar níveis de saúde mental consideravelmente reduzidos e clinicamente significativos (Warr e Jackson, 1987). Segundo os autores (Warr & Jackson, 1987), a adaptação resignada parece ser a forma de adaptação mais comum. Por último, destacam a influência da presença de problemas de saúde crónicos, que parece afectar de forma significativa os indivíduos, reduzindo o grau de adaptação ao desemprego.

Warr, Jackson e Banks (1988) destacam novamente a faixa etária dos indivíduos como factor de influência na rapidez com os indivíduos se adaptam ao desemprego. Os autores (Warr, Jackson & Banks, 1988) verificaram que em situação de desemprego de longa duração existia uma redução mais acentuada dos níveis de bem-estar com maior expressão nos indivíduos de meia-idade - nesta faixa etária o processo de adaptação é mais moroso, comparativamente com indivíduos mais novos e mais velhos.

Esta faixa etária é também especialmente sensível à existência de dificuldades económicas (Warr, 2007e), por ser uma fase da vida em que necessidades da família e necessidades pessoais têm maior peso (Warr, Jackson & Banks, 1988). A meia-idade é a fase da vida que se apresenta mais exigente a nível pessoal, social e financeiro, aspectos profundamente afectados numa situação de desemprego (Warr, 2007e).

Warr (2007f) aborda também os seguintes factores: pressões financeiras, duração do desemprego, nível de saúde, e taxa de desemprego local. Relativamente à existência de pressões financeiras, estas podem afectar tanto o indivíduo como as suas relações sociais, dependendo do nível em que o desempregado se encontra com problemas monetários. Relativamente à duração do desemprego, Warr e Jackson (1985, citado por Warr, 2007f) encontraram uma estabilização dos níveis de bem-estar após os primeiros seis meses de desemprego, e uma melhoria pequena mas

significativa do bem-estar entre os 12 e 24 meses de desemprego. Na amostra deste estudo, esta melhoria verificava-se em indivíduos que adoptavam as formas de adaptação resignada e construtiva (Warr & Jackson, 1985, citado por Warr, 2007f).

Quanto ao nível de saúde, o autor refere existir uma correlação entre o grau de saúde física e felicidade, principalmente para formas de bem-estar subjectivo afectivas, sendo a correlação mais fraca para formas cognitivas de bem-estar subjectivo (Warr, Butcher, Robertson & Callinan, 2004, citado por Warr, 2007f). O autor (Warr, 2007f) frisa a influência da taxa de desemprego local, e considera que o impacto do desemprego no indivíduo também é modulado pela frequência ou infrequência deste estatuto na sociedade em que este se encontra inserido. A taxa de desemprego local teria assim influencia sobre o que é considerado comum ou estigmatizante, e sobre o grau em que o apoio social é existente (Warr, 2007f).

A partir da análise dos dados recolhidos de uma amostra australiana, Green (2011) concluiu que o aumento da empregabilidade dos indivíduos para 100% cancelou pelo menos três quartos dos efeitos negativos do desemprego na amostra. Assim, a empregabilidade, enquanto capacidade de encontrar e manter um emprego, parece moderar os efeitos negativos do desemprego na saúde mental e nos níveis de satisfação com a vida. O autor descreve ainda que a influência negativa da experiência de desemprego e o efeito moderador da empregabilidade influenciam de forma mais pronunciada os indivíduos com um menor nível de escolaridade (Green, 2011).

Também existe literatura que considera a atribuição dada à causa de despedimento como factor preponderante na resposta ao despedimento. Uma investigação levada a cabo por Miller e Hoppe (1994, citado por Hanisch, 1999) comparou níveis de sintomatologia ansiosa e depressiva para uma amostra de homens despedidos individualmente, despedidos no contexto de um despedimento colectivo, e empregados. Os resultados revelaram que os indivíduos despedidos individualmente relatavam graus mais elevados de sintomatologia ansiosa e depressiva, seguidos da amostra de indivíduos despedidos colectivamente. Os autores constataram ainda que, independentemente da condição em que os empregados foram dispensados, a atribuição feita por parte dos mesmos relativamente à causa do despedimento - por exemplo, se achavam que tinham sido descriminados pela sua idade - correlacionavam-se fortemente com o grau de mau-estar psicológico que estes evidenciavam (Miller & Hoppe, 1994, citado por Hanisch, 1999).

2. Bem-Estar

2.1 Investigação do Impacto do Desemprego no âmbito do Bem-Estar

A preocupação com as implicações que uma situação de desemprego acarreta não é de forma alguma recente. Há mais de duzentos anos que esta é expressa, tanto face a aspectos do âmbito social, como do foro físico e mental (Burnett, 1994; Garraty, 1978; Keyssar, 1986, citado por Fryer, 2003). É na década de 1930 que surge então a investigação dos efeitos psicológicos do desemprego, motivada pela depressão económica desta época (Warr, 2007f).

Na sua revisão de literatura acerca da perda de emprego e desemprego, Hanisch (1999) encontra e lista vários efeitos psicológicos e físicos, a nível individual e familiar. A nível individual e psicológico, o autor encontra resultados que indicam o aumento de: hostilidade; depressão; ansiedade; doenças do foro psiquiátrico; preocupação; tensão; stress; tentativas de suicídio; abuso de álcool; comportamento violento; raiva; medo; paranóia; solidão; pessimismo; isolamento social; desespero. A este mesmo nível, o autor encontra ainda resultados que apontam para uma diminuição de: auto-estima; afecto positivo; prazer que é vivenciado; níveis aspiracionais; percepção de competência; concentração; identidade pessoal; identidade social.

Relativamente aos efeitos do desemprego a nível individual físico, o autor (Hanisch, 1999) encontra uma maior incidência de: dores de cabeça; dores de estômago; problemas de sono; diminuição da energia; deterioração da saúde; morte por patologia cardíaca e renal.

Quanto à vivência em família, o autor (Hanisch, 1999) destaca a relação do casal e com os filhos. Assim, na relação com o cônjuge são espectáveis as seguintes alterações: aumento de violência doméstica, stress, separação, desenvolvimento de doenças psiquiátricas pela esposa do desempregado, morte da esposa, desenvolvimento de depressão no cônjuge; diminuição do bem-estar do cônjuge e do contacto com amigos. A relação com os filhos é afectada da seguinte forma: verifica-se um aumento do conflito familiar, dissolução da família, irritabilidade por parte dos pais, violência infantil, punições mais extremas, violência no seio familiar,

agressividade e hostilidade para com as crianças; diminuição da coesão familiar, bem-estar das crianças, percepção do estatuto do pai e da autoridade parental; saúde física.

Os efeitos do desemprego sobre a saúde e bem-estar físico e psicológico encontram-se bastante explorados e catalogados, e a literatura demonstra a pervasividade destes efeitos.

Contudo, é fulcral ter em conta que as reacções ao desemprego e as vivências deste são variadas, e que a situação de desemprego também pode ser encarada como uma oportunidade dada aos indivíduos para reflectirem sobre a sua carreira, e até mudar o rumo da carreira e da sua vida (Latack & Dozier, 1986, citado por Hanisch, 1999). Os desempregados podem também usufruir da situação de desemprego por deixarem um emprego menos satisfatório, com a oportunidade de desenvolver novas competências e repensar os seus objectivos e prioridades (Hartley, 1980, citado por Hanisch, 1999).

Tendo em conta a investigação existente que demonstra as diferenças de género na resposta ao desemprego, bem como a investigação de indivíduos que, face a esta situação, adoptam uma atitude proactiva, Walsh e Jackson (1995) referem que é demasiado redutor retratar o desempregado como um sujeito passivo, que se resigna face à sua condição.

2.2 Investigação acerca do Desemprego e Bem-Estar em Portugal

Dadas as características específicas culturais e históricas de Portugal, bem como a situação de crise em que actualmente o país se encontra, é relevante caracterizar a experiência do desemprego em Portugal pós-2007. Assim, apresento algumas investigações nacionais, na tentativa de traduzir o impacto do desemprego no bem-estar dos indivíduos portugueses.

Em 2012, a Associação para o Desenvolvimento Económico e Social (SEDES) realizou uma investigação com uma amostra de 980 sujeitos, no sentido de apurar o impacto da crise no bem-estar da população portuguesa. Esta investigação revela que mais de 60% dos sujeitos apresenta-se descrente face à possibilidade de encontrar um novo emprego com condições semelhantes ao que anteriormente possuía.

Os resultados indicam que, com a necessidade de cortar as despesas, as actividades de lazer são as mais indicadas pelos sujeitos como sendo a primeira área em que as despesas são reduzidas, seguindo-se as despesas em bens de consumo essenciais (alimentação, água, electricidade, gás), e os gastos com a saúde (SEDES, 2012). Estes cortes também se verificam em famílias que antecipam situações de desemprego, constituindo-se assim como cortes por antecedência a essa situação.

Relativamente ao bem-estar psicológico, quase metade dos indivíduos da amostra relatam sentir níveis elevados de stress, e o número de indivíduos desempregados que referem estes níveis é maior, comparativamente com a restante amostra (SEDES, 2012). Entre os sujeitos desempregados, o número de sujeitos que relata níveis elevados de stress parece aumentar com a duração do desemprego.

Da amostra, 52% refere sentir-se revoltado com a situação de crise, 18% relata a crença de que esta situação afectou os seus relacionamentos pessoais, e 30% da amostra assume sentir insatisfação face à sua vida (SEDES, 2012). A maioria da amostra (60%) refere achar que a actual fase de crise irá ser ultrapassada em breve, mas 39% dos sujeitos diz não acreditar que o que lhes tem sido exigido, no contexto das medidas de austeridade impostas, contribua para a melhoria da situação económica actual do país. Apesar disto, 70% dos sujeitos da amostra diz continuar a sentir-se satisfeito com a vida, e 55% dos sujeitos desempregados classifica-se como satisfeito ou muito satisfeito com a sua vida.

Numa investigação acerca do impacto da crise na saúde mental e no consumo de substâncias, Salgueiro (2013) apresenta os seguintes resultados: mais de 90% da amostra atribui a sua toma de psicofármacos à crise socioeconómica; mais de 95% da amostra relaciona a toma de psicofármacos com o facto de ter algum familiar desempregado; 67% da amostra relata a existência de uma influência da crise no seu consumo de cannabis.

Sampaio (2013) apresenta resultados que indicam a existência de uma correlação negativa entre a esperança de trabalho e o desajustamento psicológico em desempregados. Rodrigues (2012) indica que, na amostra da sua investigação, quem não recebe apoios financeiros apresenta um grau mais elevado de Esperança. Pena (2013) encontra resultados que indicam a existência de maiores índices de ideação suicida para famílias que se encontrem sem emprego, e que este efeito é mediado pelo funcionamento familiar.

Nas suas investigações, Vieira (2014), bem como Silva (2014) obtiveram resultados que parecem confirmar o impacto negativo do desemprego no bem-estar psicológico dos desempregados, ao nível da sintomatologia depressiva. A investigação de Silva (2014) indica ainda uma maior perda de controlo comportamental/ emocional e distress psicológico em desempregados, e a inexistência de uma influência do meio sociogeográfico (rural/ urbano) na saúde mental dos sujeitos da amostra.

2.3 Conceptualização Teórica do Bem-Estar

A investigação nesta área parece sugerir que o bem-estar subjectivo pode ser influenciado a longo prazo por uma situação de desemprego (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2004). Assim, para uma maior compreensão da experiência do desemprego é importante compreender as dimensões de bem-estar implicadas. O modelo de bem-estar formulado por Ryff (1989) baseia-se nas teorias anteriormente existentes, e na ideia de que, existindo pontos comuns entre estas, os pontos comuns existentes seriam as dimensões centrais do bem-estar.

Assim, e de acordo com o modelo teórico de Ryff, o bem-estar pode ser conceptualizado tendo em conta 6 dimensões: auto-aceitação, relações positivas com os outros, autonomia, domínio do ambiente, objectivos de vida, e crescimento pessoal (Ryff & Singer, 2008). A auto-aceitação é operacionalizada pela autora como um tipo de auto-avaliação a longo prazo, que envolve a aceitação das qualidades e defeitos do próprio (Ryff, 1989).

A existência de relações positivas com os outros é outra das dimensões referida por várias teorias, dado que a capacidade de amar é vista como uma componente central da saúde mental, e que a capacidade de relacionamento com os outros permite a existência de intimidade e generatividade, fulcrais na vida adulta (Ryff, 1989). A autonomia é referida por vários autores como essencial para o desenvolvimento, uma vez que permite que os sujeitos se distingam das convenções sociais e desenvolvam capacidades de auto-avaliação (Ryff, 1989). A dimensão domínio do ambiente refere-se à capacidade de escolher ou criar ambientes que sejam mais benéficos para a condição psicológica dos indivíduos, manipular e controlar o ambiente, e tirar proveito das vantagens que este apresenta (Ryff, 1989).

O crescimento pessoal traduz a necessidade de que os indivíduos continuem a desenvolver o seu potencial e que cresçam enquanto pessoas (Ryff, 1989). A dimensão objectivos de vida surge principalmente da perspectiva existencialista de Frankl, aqui considerada enquanto capacidade de criar um significado e um sentido para a vida do próprio (Ryff, 1989).

Estas 6 dimensões são consideradas pela autora como as dimensões nucleares do bem-estar. No entanto, estas dimensões não contribuem de igual forma para o bem-estar, sendo a dimensão objectivos de vida das dimensões com maior peso nesta variável (Ryff & Singer, 2008). Valores elevados de objectivos de vida também se encontram associados a vários marcadores biológicos de saúde (Ryff & Keyes, 1995). Ryff e Singer (1998) postulam que esta dimensão do bem-estar é universal, transversal a diferentes culturas e épocas.

Feather (1990c) indica ainda que um dos factores com papel central no sofrimento psicológico é a falta de objectivos de vida, com influência nas reacções individuais ao desemprego - são os indivíduos que sentem que não têm objectivos de vida que parecem ser mais afectados pelo desemprego.

3. Objectivos de Vida

3.1 Conceptualização Teórica de Frankl

Quanto à sua relação com e influência na saúde, os objectivos de vida foram pela primeira vez empiricamente conceptualizados por Frankl em 1992, como um aspecto crucial no bem-estar, tanto face a situações extremas de ameaça à integridade dos indivíduos, como a situações típicas do quotidiano (Ryff & Singer, 1998).

Segundo o autor, (Frankl, 1959, citado por Bronk, 2014 1), cada indivíduo precisa de encontrar os seus objectivos de vida, para que possa ultrapassar as dificuldades com que se depara ao longo da sua vida. Esta necessidade é vista por Frankl (1959, citado por Bronk, 2013a) como um aspecto basilar para a motivação humana. O autor relaciona a existência de objectivos de vida com a capacidade de atribuir um significado ao sofrimento e um sentido à vida, considerando que os objectivos de vida diferem de pessoa para pessoa, e relativamente a cada situação com que se cada indivíduo se depara ao longo da sua vida (Frankl, 2006). Sem objectivos

de vida, os indivíduos experienciam uma frustração existencial - traduzida, por exemplo, por aborrecimento, apatia, e/ ou depressão -, implicando assim o bem-estar e saúde mental dos indivíduos, e podendo levar à existência de problemas psicopatológicos graves (Frankl, 1959, citado por Bronk, 2013b).

É impossível definir os objectivos de vida de uma maneira geral, aplicável a todos os indivíduos. Deste modo, para que os objectivos de vida possam ser avaliados, Frankl conceptualiza este construto considerando a existência de quatro componentes: compromisso commitment, orientação para os objectivos goal-directedness, significado pessoal personal meaningfulness, e impacting the world beyond-the-self (Bronk, 2013a).

Outros autores abordaram este mesmo construto, circunscrevendo-o apenas às primeiras três dimensões referidas, uma vez que estas são consideradas suficientes para definir a presença ou ausência de objectivos de vida nos indivíduos (Ryff & Singer, 1998; Crumbaugh & Maholic, 1964; McKnight e Kashdan, 2009, citados por Bronk, 2013a).

A existência de objectivos de vida traduz a vontade de trabalhar para atingir objectivos pessoais, mas esta necessidade não visa apenas a satisfação do próprio, uma vez que o atingir desses objectivos promove o envolvimento do indivíduo com o contexto em que se encontra inserido (Bronk, 2013a). Para que os objectivos de vida tenham um impacto positivo no bem-estar dos indivíduos não é necessário atingir um resultado específico, mas antes motivar os indivíduos a orientarem-se para os seus objectivos (McKnight e Kashdan, 2009). A procura e construção de objectivos de vida é assim considerada uma necessidade básica humana, e cada indivíduo têm a capacidade de encontrar objectivos de vida, mesmo em situações em que parece não existir a possibilidade de encontrar objectivos de vida (Bronk, 2013a).

3.2 Investigação acerca da relação entre os Objectivos de Vida e o Bem-Estar

Embora o trabalho desenvolvido por Frankl seja de natureza teórica, vários investigadores exploraram as ideias apresentadas pelo autor, existindo assim variada investigação que apoia o seu trabalho (Bronk, 2013b).

Um estudo longitudinal dos objectivos de vida e aborrecimento em indivíduos apresentou resultados que apoiam a hipótese de que estes dois factores se relacionam de forma causal bidireccional - um grau reduzido de objectivos causa aborrecimento, e vice-versa (Fahlman et al. 2009, citado por Bronk, 2013b). Outros estudos apresentam resultados que relacionam a falta de objectivos com a existência de psicopatologia (Kish and Moody 1989 citado por Bronk, 2013b) e comportamento anti-social (Shek et al. 1994, citado por Bronk, 2013b). Por outro lado, o grau em que os indivíduos relatam ter objectivos de vida encontra-se relacionado com a esperança, e inversamente relacionado com a depressão (Bronk, 2013b), solidão (Paloutzian and Ellison 1982, citado por Bronk, 2013b), problemas psicossociais (Ho et al. 2010, citado por Bronk, 2013b), ansiedade generalizada, e depressão (Bigler et al. 2001, citado por Bronk, 2013b).

Apesar destes resultados, é necessário referir que a relação entre os objectivos de vida e o bem-estar nem sempre é linear, principalmente na faixa etária da meia-idade. Vários autores referem que o grau de objectivos de vida dos indivíduos tende a decrescer nesta fase (Ryff & Singer 2008; Ryff et al. 2004, citado por Pinquart 2002). Não é clara a razão pela qual se encontra esta diminuição de objectivos de vida nesta faixa etária, mas vários estudos indicam uma perda associada à idade (Pinquart 2002).

Bronk (2013c) sugere algumas hipóteses de compreensão desta perda. Pode ser possível que alguns adultos cheguem a esta fase da sua vida e, após terem atingido os seus objectivos em fases anteriores, se questionem acerca do seu futuro (Bronk, cap.4). Outra hipótese avançada pela autora (Bronk, 2013c) é a de que alguns indivíduos podem reflectir acerca dos objectivos, e acreditarem que estes não são realistas ou atingíveis. Por último, alguns dos papéis que os sujeitos anteriormente tinham - enquanto pais, cuidadores, trabalhadores, entre outros - que forneciam objectivos de vida podem sofrer alterações ou desaparecer durante a meia-idade, deixando os indivíduos com menos objectivos de vida (Bronk, 2013c).

4. Religiosidade

Tradicionalmente o termo religião refere-se a todos os aspectos da relação com o divino ou transcendente (Nelson, 2009a), enquanto que o termo religiosidade reflecte a existência de crenças valores e comportamentos, e o envolvimento existente

com uma tradição e instituição religiosas específicas (Hood, Hill & Spika, 2009a). No entanto, a religião também envolve uma componente mais directamente relacionada com o estilo de vida dos indivíduos, incluindo hábitos e rituais, bem como as crenças e linguagem específicas associadas (Dykstra, 1986, citado por Nelson, 2009a), tendo assim uma vertente mais concreta, imanente. A igreja cristã enfatiza estas duas componentes (Nelson, 2009a).

Portugal é um país de maioria cristã católica, sendo o país europeu cuja população mais confiança deposita na Igreja (Menéndez, 2007). Menéndez (2007) caracteriza a população portuguesa quanto ao seu catolicismo, referindo uma identidade católica alta, prática religiosa alta mas não tão alta quanto a identidade, e um alto nível de crença em Deus. Contudo, verifica-se uma evolução caracterizada por uma diminuição da prática religiosa e uma diminuição do impacto da religiosidade na vida dos indivíduos (Menéndez, 2007).

As mudanças associadas à fase da meia-idade têm implicações para a religiosidade e espiritualidade. Dado que estas mudanças podem implicar a identidade, relações e compromissos dos indivíduos, bem como um aumento da consciência da mortalidade (Kristeva, 1987; Kunnen & Wassink, 2003, citado por Nelson, 2009b), estas podem ser enquadradas numa visão espiritual, e são abordadas por muitas das tradições religiosas (Studzinski, 1985; Wethington, Cooper, & Holmes, 1997, citado por Nelson, 2009b). A meia-idade é ainda a fase da vida em que a generatividade ganha maior relevância (Miller, 1993). A religião ganha uma maior importância nesta fase, uma vez que indivíduos com uma alta generatividade comumente referem as crenças, hábitos e exemplos religiosos como motivadores (Nelson, 2009b).

A religiosidade tem também um papel relevante no trabalho e ocupação, aspectos centrais da vida adulta, podendo esta influenciar a escolha de vocação e contribuir para uma maior ética de trabalho (Hood, Hill & Spika, 2009b).

4.1 Investigação no âmbito da religiosidade e bem-estar

Actualmente, a investigação considera a religiosidade como um factor contribuinte para o bem-estar dos indivíduos, promovendo uma maior percepção de controlo e auto-estima, esperança, significado e integração social (Hood, Hill &

Spika, 2009c). Grande parte dos dados empíricos publicados sugere que o envolvimento com uma religião pode ter um papel benéfico para a prevenção de doenças mentais e físicas, melhorando a forma como os indivíduos lidam com as doenças e facilitando a sua recuperação (Mathews, McCullough, Larson, Koenig, Swyers & Milano, 1998; Silva & Zanello, 2010; Garrett, 2010; Williams & Sternthal, 2007). O envolvimento religioso permite também que os indivíduos experienciem um crescimento psicológico a partir da vivência destas experiências (Koenig, Larson & Larson, 2001).

Parece existir uma relação entre o grau em que os sujeitos relatam a participação em práticas religiosas e um menor grau de doenças mentais e físicas relatadas, bem como uma redução da mortalidade, e maior hipótese de recuperação ou ajustamento a doenças físicas e mentais (George, Larson, Koenig & McCullough, 2000; Volcan, Sousa, Mari & Horta, 2003; Guimarães & Avezum, 2007; Nelson, 2009c). Hull (2000) relata ainda a existência de uma correlação negativa entre a frequência da igreja e a taxa de crime nos condados americanos. No entanto, outros autores apresentam resultados contraditórios, verificando a existência de uma relação entre a religiosidade e a existência de sintomatologia depressiva (Dias, 2011).

A existência de crenças pessoais parece associar-se positivamente com o nível de qualidade de vida dos sujeitos (Rocha & Fleck, 2010). Alguns autores consideram que as organizações religiosas também contribuem para a integração da comunidade, o que aumenta a qualidade de vida dos indivíduos que fazem parte da comunidade (Ferriss, 2002; Williams & Sternthal, 2007). Este tipo de crenças também podem funcionar como mecanismo de coping face a acontecimentos de vida mais stressantes (Dein, Cook, Powell & Eagger, 2011; Williams & Sternthal, 2007; Hood, Hill & Spika, 2009c), como é o caso do desemprego.

Usando dados europeus, Clark e Lelkes (2005) obtiveram resultados que indicam que, face a situações de vida stressantes como o desemprego, os indivíduos religiosos apresentam níveis mais elevados e menor variação da sua satisfação com a vida. Os autores (Clark & Lelkes, 2005) encontram também resultados que parecem apontar para uma fraca influência do desemprego no grau de religiosidade dos indivíduos desempregados. A religião parece então ter um factor protector face a algumas situações de vida mais adversas (Clark e Lelkes, 2005).

O estudo de Taranu (2011) com uma amostra portuguesa evidenciou uma correlação signitiva positiva, embora baixa, entre o grau de resiliência dos indivíduos

e o grau de espiritualidade relatado. Os resultados obtidos na investigação de Peixeiro (2011) acerca da influência do grau de religiosidade no bem-estar e depressão parecem indicar que a prática religiosa e a auto-avaliação enquanto pessoa religiosa não influenciam a satisfação de vida. A autora sugere que, para a população portuguesa, não é o grau de religiosidade mas sim o tipo de motivação para a religiosidade que têm efeitos positivos para o bem-estar (Peixeiro, 2011).

Num estudo com uma amostra de indivíduos portugueses na faixa da meia-idade, os resultados obtidos por Dias (2011) não permitem extrapolar uma relação entre a religiosidade e o bem-estar subjectivo. No entanto, a autora encontra uma associação entre a orientação religiosa extrínseca e maiores índices de depressão, associação esta que se encontra documentada na literatura (Dias, 2011).

É necessário ter em conta que, embora exista uma associação entre a espiritualidade e o bem-estar, esta associação não implica necessariamente a existência de bem-estar emocional (Emmons, 2005). Os objectivos espirituais dos indivíduos podem até ser prejudiciais para o seu bem-estar, uma vez que objectivos mais exigentes, sem planos concretos e realistas para os alcançar, podem ser frustrantes (Emmons, 2005).

4.2 Investigação no âmbito da religiosidade e desemprego

Alguns estudos investigaram a relação entre a religião e o desemprego. Num estudo com uma amostra de mineiros desempregados, Gilfillan (1934, citado por Eisenberg & Lazarsfeld, 1938) verifica que estes ainda se sentem profundamente ligados à sua religião, e o autor sugere que esta pode ter a função de fornecer esperança e assim atenuar o sofrimento destes desempregados.

Contudo, Hall (1934, citado por Eisenberg & Lazarsfeld, 1938) verificou que, na amostra do seu estudo, o desemprego afectava a atitude face à religião - comparativamente com empregados, os desempregados apresentavam uma visão menos favorável da religião.

Eisenberg e Lazarsfeld (1938) referem parecer existir uma tendência para a perda de fé na religião. No entanto, esta tendência não se verifica para todos os desempregados, facto que os autores explicam, propondo que para indivíduos cuja fé era forte, a situação de desemprego fortalece ainda mais essa crença, e a religião é

vista como um recurso numa situação de crise. No caso de indivíduos cujo grau de fé seria mais moderado ou não existente enquanto empregados, uma situação de desemprego pode causar um maior afastamento da religião (Eisenberg & Lazarsfeld, 1938).

4.3 Teoria da Orientação Religiosa de Allport

Uma das heurísticas mais investigadas na área da psicologia da religião é a Orientação Religiosa de Allport (1966, citado por Miller & Kelley, 2005). O autor (Allport, 1966, citado por Nelson, 2009a) pretendeu elaborar um modelo explicativo da forma com que os indivíduos se envolviam com a religião, uma vez que verificou que a religião têm um efeito paradoxal - pode ser a origem de preconceitos, mas também têm o poder de os destruir (Allport, 1979, citado por Donahue & Nielsen, 2005).

Assim, o autor hipotetizou a existência de dois tipos de motivações religiosas: a orientação religiosa intrínseca e a orientação religiosa extrínseca, inicialmente consideradas como dois polos de um continuum, mais tarde consideradas como duas variáveis independentes (Donahue & Nielsen, 2005). Estes dois tipos de motivações pretendem distinguir indivíduos que utilizam a religião com motivações extrínsecas e instrumentais de indivíduos que vivem a religião com uma motivação intrínseca (Allport 1966, citado por Nelson, 2009a).

A orientação extrínseca traduz a utilização da religião como forma de atingir um objectivo (Miller & Kelley, 2005), por exemplo aprovação social, e encontra-se normalmente associada a níveis mais elevados de distress psicológico, estratégias de coping menos adaptativas, e uma maior preponderância de atitudes preconceituosas, introlerância e comportamento socialmente inapropriado (Miller & Kelley, 2005).

A orientação intrínseca refere-se então a pessoas que encontram na religião a sua principal motivação (Miller & Kelley, 2005), e que encaram a religião, as suas práticas e crenças como o objectivo principal e último (Miller & Kelley, 2005). Este tipo de orientação religiosa encontra-se associado a níveis mais elevados de bem-estar, a estratégias de coping adaptativas e a comportamentos mais apropriados (Miller & Kelley, 2005).

Capítulo II - Objectivos e Metodologia

5. Objectivos

Os objectivos específicos desta investigação são os seguintes:

1. Perceber de que forma a religiosidade se relaciona com os níveis de bem-estar dos indivíduos desempregados na meia-idade;
2. Explorar a relação entre os objectivos de vida e os níveis de bem-estar dos indivíduos desempregados na meia-idade;
3. Investigar de que modo o tempo de desemprego se correlaciona com o bem-estar.

Estes objectivos são formulados como objectivos exploratórios, uma vez que não é possível prever hipóteses com base na literatura existente, por existirem opiniões e resultados contraditórios, tal como evidenciado no capítulo I.

6. Metodologia

6.1 Participantes

A amostra deste estudo é constituída por 40 sujeitos de ambos os sexos, actualmente desempregados, e residentes do concelho de Valença do Minho. O critério de inclusão neste estudo foi a idade, aceitando-se sujeitos com idade compreendida entre os 40 e os 65 anos, pertencendo assim à faixa da meia-idade.

A idade média dos participantes é de 50,15 (DP=6,59). A média do tempo de desemprego dos participantes é 20,73 meses (DP= 12,84). O tempo mínimo de desemprego relatado é de 1 mês, e o tempo máximo é de 48 meses, ou 4 anos. As características sociodemográficas encontram-se apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1

Características sociodemográficas da amostra

	Frequência	Percentagem (%)
Sexo		
Masculino	15	37,5
Feminino	25	62,5
Estado civil		
Solteiro	9	22,5
Casado	28	70
Viúvo	1	2,5
Divorciado	2	5
Escolaridade		
4ª classe	4	10
6º ano	6	15
9º ano	9	22,5
12º ano	12	30
Bacharelato/ Licenciatura	9	22,5
Tempo de desemprego		
Até um ano	14	35
Mais de um ano	26	65

6.2 Instrumentos

Todos os participantes preencheram um exemplar dos seguintes instrumentos: Questionário Sócio-demográfico, Questionário de Prática Religiosa, Escala de Orientação Religiosa, Teste dos Objectivos de Vida, Escalas de Bem-Estar Psicológico.

6.2.1 Questionário Sócio-demográfico

Foi elaborado um questionário para a recolha dos dados sócio-demográficos relativos à idade, sexo, estado civil, escolaridade e tempo de desemprego.

6.2.2 Questionário de Prática Religiosa

No sentido de apurar a filiação religioso e práticas religiosas dos sujeitos deste estudo, aplicou-se o Questionário de Prática Religiosa elaborado por Gonçalves e Fagulha (2012). O questionário é constituído por seis questões, das quais a primeira se

reporta à identificação com um estatuto religioso. As restantes questões referem várias práticas religiosas, e as respostas são dadas numa escala de quatro pontos, relativamente à frequência (0= "nunca" a 3= "semanalmente"/ "mais do que uma vez por semana ou diariamente"). O resultado total, obtido a partir do somatório destes itens, varia entre 0 e 18. Relativamente à consistência interna do questionário, neste estudo o questionário apresentou um valor alfa de Cronbach de 0,75.

6.2.3 Escala de Orientação Religiosa-R

Como medida da religiosidade dos participantes neste estudo, foi utilizada a Escala de Orientação Religiosa-R (Gorsuch & McPherson, 1989) na sua versão portuguesa (Linares, 2012). Esta escala é composta por 14 itens, dos quais os itens 1, 3, 4, 5, 7, 10, 12 e 14 correspondem à subescala de Orientação Religiosa Intrínseca, os itens 6, 8, e 9 pertencem à subescala de Orientação Religiosa Extrínseca Pessoal, e os itens 2, 11 e 13 à subescala de Orientação Religiosa Extrínseca Social. As respostas são dadas numa escala Likert de cinco pontos, em que a pontuação 1 corresponde a "Discordo totalmente", 2 corresponde a "Discordo em parte", 3 corresponde a "Não tenho a certeza", 4 corresponde a "Concordo em parte", e 5 corresponde a "Concordo totalmente". Os itens 3, 10 e 14 encontram-se formulados na negativa, tendo assim cotação inversa.

O total obtido na sub-escala Orientação Religiosa Intrínseca pode variar entre 8 e 40. O total obtido nas sub-escalas Orientação Religiosa Extrínseca Pessoal e Orientação Religiosa Extrínseca Social pode variar entre 3 e 15. Neste estudo, a consistência interna da sub-escala Orientação Religiosa Intrínseca apresentou um valor alfa de Cronbach de 0,80. A sub-escala Orientação Religiosa Extrínseca Pessoal apresentou um valor alfa de Cronbach de 0,557, e a sub-escala de Orientação Religiosa Extrínseca Social apresentou um valor alfa de Cronbach de 0,854.

6.2.4 Teste dos Objectivos de Vida

No sentido de apurar o grau de objectivos de vida dos sujeitos deste estudo, foi também aplicada a versão portuguesa do Teste dos Objectivos de Vida - R, Parte A

(Harlow, Newcomb & Bentler, 1987), validada para a população portuguesa (Peralta, 2001). Este teste é constituído por 20 itens, cuja resposta é dada numa escala Likert de 7 pontos, relativamente ao grau de concordância com cada item: 1-"Discordo totalmente", 2 - "Discordo em grande parte", 3- "Discordo parcialmente", 4- "Nem concordo nem discordo", 5- "Concordo parcialmente", 6- "Concordo em grande parte", 7- "Concordo totalmente". Os itens 1, 3, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 16 e 20 encontram-se formulados na negativa, pelo que têm cotação inversa.

A pontuação total desta escala situa-se entre 20 e 140. Pontuações entre 92 e 112 pontos traduzem um grau médio de objectivos de vida, considerado adequado (Crumbaugh & Maholick, 1969, citado por Henriques, 2008). Pontuações acima de 112 representam um grau de objectivos de vida elevado, associado a sentimentos de plenitude pessoal e realização, e pontuações abaixo de 91 representam um grau reduzido de objectivos de vida, comumente associado à perda de interesse pela vida, sentimentos de tédio e apatia, e vazio existencial (Crumbaugh & Maholick, 1969, citado por Henriques, 2008).

Relativamente à análise da consistência interna desta escala, foi obtido um alfa de Cronbach de 0,86 neste estudo.

6.2.5 Escalas de Bem-Estar Psicológico

Para avaliar os níveis de bem-estar psicológico procedeu-se à aplicação das Escalas de Bem-Estar Psicológico (Versão Reduzida) de Ryff e Keyes (1995), na sua versão traduzida e adaptada para a população portuguesa por Novo, Duarte-Silva e Peralta (1997). Este instrumento é constituído por 6 escalas que, segundo Ryff, representam as dimensões nucleares do bem-estar psicológico: aceitação de si, relações positiva com os outros, domínio do meio, crescimento pessoal, objectivos na vida e autonomia. A versão das escalas usada neste estudo contém 18 itens, com resposta de tipo Likert de 6 pontos: 1- "Discordo Completamente"; 2- "Discordo em Grande Parte"; 3- "Discordo Parcialmente"; 4- "Concordo Parcialmente"; 5- "Concordo em Grande Parte"; 6- "Concordo Completamente".

O valor total obtido resultante do somatório dos resultados destas escalas varia entre 18 e 108. Os itens 2, 4, 5, 7, 13, 14, 15, 16, 17 e 18 encontram-se formulados na

negativa, tendo assim cotação inversa. Da análise da consistência das escalas, foi obtido neste estudo um alfa de Cronbach de 0,83.

6.3 Procedimento de recolha da amostra

A amostra para este estudo foi recolhida tendo em conta os critérios acima referidos (secção 6.1 - Participantes). O método de recolha foi o método "bola de neve", sendo assim esta uma amostra de conveniência. A recolha da amostra foi iniciada com informações acerca do estudo, e obtenção do consentimento informado, oralmente e a partir do documento escrito em anexo, assegurando o anonimato e confidencialidade das informações recolhidas. De seguida, foram administrados os questionários, que foram preenchidos de modo autónomo pelos participantes.

6.4 Procedimento Estatístico

Os dados recolhidos foram tratados estatisticamente através do programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences, versão 22 para mac). Esta análise envolveu medidas de estatística descritiva (frequências absolutas, médias, desvios-padrão e percentagens), bem como de estatística inferencial.

Para averiguar a normalidade da distribuição foi utilizado o teste de Shapiro-Wilk, apropriado para amostras cuja dimensão é menor que 50.

Para estudar a relação entre as variáveis, utilizou-se o coeficiente de correlação de Pearson quando ambas as variáveis eram intervalares e apresentavam uma distribuição normal, e o coeficiente de Spearman quando uma ou ambas as variáveis não apresentavam uma distribuição normal, e para casos em que as variáveis eram ordinais.

Para verificar se existem diferenças significativas entre os grupos nas variáveis demográficas para a variável dependente, foram utilizados dois testes diferentes. Para a variável sexo, variável demográfica com 2 níveis e com distribuição não normal, foi aplicado o teste U de Mann-Whitney, por ser um método não-paramétrico que permite averiguar a relação entre uma variável dependente e duas amostras independentes. Relativamente às variáveis escolaridade e estado civil, variáveis com uma distribuição não normal e mais de dois níveis, utilizou-se o teste Kruskal-Wallis, por ser uma medida não-paramétrica e permitir avaliar a relação entre

uma variável dependente e uma variável independente, com mais de 2 amostras independentes.

Para analisar os preditores relacionados com o bem-estar psicológico procedeu-se ainda a uma regressão linear múltipla, método Backword. Este método foi aplicado com as variáveis independentes que apresentavam correlações estatisticamente significativas e tendencialmente significativas com a variável dependente.

Capítulo III - Resultados

Relativamente à filiação religiosa, a maioria dos participantes identifica-se como católico praticante (52,5%).

O estatuto religioso dos sujeitos desta amostra encontra-se apresentado no Quadro 2.

Quadro 2
Estatuto Religioso

	Frequência	Percentagem (%)
Estatuto religioso		
Católico praticante	21	52,5
Católico não-praticante	18	45,0
Sem religião	1	2,5

Relativamente à prática religiosa, obteve-se uma pontuação média de 5,33 com desvio-padrão de 2,61.

No que diz respeito à Orientação Religiosa Intrínseca, foi obtida uma pontuação média de 23,08 com desvio-padrão de 6,26. Para a sub-escala Orientação Religiosa Extrínseca Pessoal os resultados traduzem-se numa média de 11,05 com desvio-padrão 2,58. Relativamente aos resultados da sub-escala Orientação Religiosa Extrínseca Social obteve-se uma média de 6,2 com desvio-padrão de 3,38.

Os resultados obtidos no Teste dos Objectivos de Vida traduzem-se numa pontuação média de 108,72 com desvio-padrão de 15,66.

Para as Escalas de Bem-Estar Psicológico os resultados obtidos nesta amostra apresentam uma média de 81,7 com desvio-padrão 11,85.

Para avaliar a relação existente a variável idade e a variável Bem-Estar, utilizou-se a correlação de Spearman, dado que esta variável tem uma distribuição não normal. Verifica-se uma correlação negativa moderada, que é tendencialmente significativa ($r_s = -0,31$, $p = 0,051$).

Para avaliar a variável Bem-Estar em função do sexo, utilizou-se o teste U de Mann-Whitney, dado que esta é uma variável demográfica com dois níveis e distribuição não normal. Verifica-se que os participantes do sexo feminino reportam em média um grau mais elevado de bem-estar ($M = 23,12$), comparativamente com o

sexo masculino ($M=16,13$). No entanto, esta diferença não é estatisticamente significativa ($U=122$, $Z=242$, $p=0,067$).

Para avaliar a variável bem-estar em função da escolaridade, utilizou-se o teste Kruskal-Wallis, dado que esta é uma variável demográfica com mais de dois níveis e distribuição não normal. Verifica-se que os participantes que reportam um grau mais elevado de bem-estar são os participantes com a 4ª classe ($M=29,25$), seguidos dos participantes com bacharelato ou licenciatura ($M=21,00$), participantes com a 6ª classe ($M=20,92$), participantes com o 9º ano ($M=20,61$), e participantes com o 12º ano ($M=16,92$). No entanto, esta diferença não é estatisticamente significativa ($K=3,40$, $p=0,493$).

Para avaliar a variável Bem-Estar em função do estado civil, utilizou-se o teste Kruskal-Wallis, dado que esta é uma variável demográfica com mais de dois níveis e distribuição não normal. Verifica-se que os participantes que reportam um grau mais elevado de bem-estar são os participantes divorciados ($M=24,50$), seguidos dos participantes casados ($M=21,68$), participantes solteiros ($M=17,22$), 2 participantes viúvos ($M=9,00$). No entanto, esta diferença não é estatisticamente significativa ($K=2,20$, $p=0,532$).

Para averiguar a relação existente entre as variáveis Orientação Religiosa Intrínseca e Orientação Religiosa Extrínseca com a variável Bem-Estar recorreu-se à correlação de Pearson, dado que as variáveis têm uma distribuição normal. Verifica-se uma correlação negativa moderada para a variável Orientação Religiosa Intrínseca, estatisticamente significativa ($r=-0,41$, $p=0,008$). Verifica-se uma correlação negativa moderada para a variável Orientação Religiosa Extrínseca, que é tendencialmente significativa ($r=-0,31$, $p=0,051$).

De modo a verificar a relação existente entre as variáveis Práticas Religiosas (itens 2 a 6) e Bem-Estar recorreu-se à correlação de Spearman, uma vez que a variável Práticas Religiosas não tem uma distribuição normal e é ordinal. Verifica-se uma correlação negativa baixa, que não é estatisticamente significativa ($r_s=-0,25$, $p=0,120$). No entanto, utilizando a correlação de Pearson, os resultados obtidos indicam uma correlação negativa moderada e estatisticamente significativa ($r=-0,37$, $p=0,020$).

O segundo objectivo do estudo prende-se com a exploração da relação entre os objectivos de vida e os níveis de bem-estar dos indivíduos desempregados na meia-

idade. Para isto, uma vez que uma das variáveis não tem uma distribuição normal, aplicou-se a correlação de Spearman. Os resultados indicam uma correlação positiva e estatisticamente significativa ($r_s = 0,67$, $p=0,000$).

Pretendia-se ainda investigar de que modo o tempo de desemprego (em meses) se correlaciona com a variável Bem-Estar. Para isto, dado que ambas as variáveis têm uma distribuição normal, foi aplicada a correlação de Pearson. Os resultados indicam uma correlação negativa fraca, que não é estatisticamente significativa ($r=-0,046$, $p=0,780$).

De forma a analisar a existência de preditores relacionados com o bem-estar psicológico procedeu-se ainda a uma regressão linear múltipla, método Backword, com as variáveis Idade, Sexo, Orientação Religiosa Intrínseca, Orientação Religiosa Extrínseca, Objectivos de Vida e Práticas Religiosas. O modelo identificou as variáveis Orientação Religiosa Intrínseca ($\beta=-0,38$, $t=-4,04$, $p=0,000$) e Objectivos de Vida ($\beta=0,72$, $t=7,59$, $p=0,000$) como preditores significativos do bem-estar psicológico. As variáveis explicam 68% da variância do bem-estar e o modelo é estatisticamente significativo ($R^2=0,68$, $F=38,51$, $p=0,000$).

CAPÍTULO 4 – Discussão dos Resultados

9. Discussão dos Resultados

Neste trabalho procedeu-se à análise da relação existente entre as variáveis demográficas e a variável dependente. Os valores encontrados relativamente à relação entre a variável Idade e a variável Bem-Estar são tendencialmente significativos, pelo que indicam a possibilidade da existência de uma relação negativa moderada entre a Idade e o Bem-Estar dos indivíduos desempregados.

Algumas das teorias acerca do efeito da idade no bem-estar propõe que este é influenciado por condições objectivas da vida (por exemplo, o salário), e que estas condições tendem a piorar com a idade (Diener & Suh, 1998, citado por Lucas & Gohm, 2000). Outras teorias existentes consideram que o bem-estar é influenciado pela capacidade de regulação das emoções, e que esta tende a aumentar com a idade (Carstensen, 1995; Lawton, 1996, citado por Lucas & Gohm, 2000). Assim, a relação existente entre estas duas variáveis não é clara.

A relação entre a idade e o bem-estar psicológico parece ainda ser dependente dos componentes medidos, e o possível declínio detectado em investigações pode dever-se ao tipo de instrumento usado (Diener & Suh, 1998, citado por Lucas & Gohm, 2000).

Relativamente à relação entre as variáveis Sexo e Bem-Estar, os resultados encontrados podem ser considerados tendencialmente significativos, indicando a possibilidade de existência de uma diferença entre sexos para os níveis médios de Bem-Estar reportados. Nesta amostra as participantes do sexo feminino aparentam relatar, em média, níveis mais elevados de bem-estar do que os participantes do sexo masculino.

Sabe-se que, em média, a população feminina apresenta valores mais elevados de depressão e outras perturbações internalizantes (Nolen-Hoeksema 1990, citado por Lucas & Gohm, 2000). No entanto, Lucas e Gohm (2000) referem que esta diferença, referente a transtornos clínicos, não deve ser inferida para diferenças de género relativas a níveis de emoções considerados normais. Alguns autores propõe que as mulheres experienciam níveis mais elevados de emoções agradáveis, comparativamente com os homens (Brody & Hall, 1993, citado por Lucas & Gohm, 2000). No entanto, a

literatura difere bastante, pelo que esta relação também não é clara (Lucas & Gohm, 2000).

O estudo da relação entre as variáveis Nível de Escolaridade e Bem-Estar não apresentou resultados estatisticamente significativos.

A análise da relação entre as variáveis Estado Civil e Bem-Estar também não apresentou resultados estatisticamente significativos.

9.1 Objectivo 1

O presente trabalho debruçou-se sobre três objectivos exploratórios, o primeiro dos quais se reportava à exploração da relação entre o grau de religiosidade e os níveis de bem-estar reportados por indivíduos desempregados na meia-idade.

Os valores encontrados relativamente à relação entre o grau de Orientação Religiosa Extrínseca dos indivíduos desempregados e os níveis de bem-estar reportados foram tendencialmente significativos, indicando a possibilidade de uma relação negativa moderada significativa entre estas duas variáveis.

Esta relação é prevista pelo modelo de Orientação Religiosa de Allport e pela literatura existente. A Orientação Religiosa Extrínseca encontra-se frequentemente relacionada com níveis mais elevados de sofrimento psicológico, estratégias de coping menos adaptativas e maior tendência para se ser preconceituoso, intolerante, e exibir comportamentos inapropriados (Miller & Kelley, 2005).

Relativamente à relação entre o grau de Orientação Religiosa Intrínseca dos indivíduos desempregados e os níveis de bem-estar reportados, os resultados encontrados indicam a existência de uma relação negativa moderada e significativa entre estas duas variáveis. A análise destas variáveis indica ainda que a Orientação Religiosa Intrínseca é uma das variáveis preditoras do Bem-Estar.

Estes resultados contrariam o modelo de Orientação Religiosa de Allport e os resultados obtidos em estudos realizados com base neste modelo. Contudo, muitos dos estudos existentes não averiguam a influência de variáveis demográficas e psicossociais relevantes, que podem influenciar a forma como a orientação religiosa intrínseca e a depressão se relacionam (Nelson et al., 2009).

Outro factor que poderá interferir com os resultados é a forma de coping religioso que os participantes desta amostra pratica. Pargament considera que a religiosidade pode ser utilizada pelos indivíduos como uma forma de atribuir um

significado e ajudar a lidar com situações de vida difíceis (Pargament, Poloma, & Tarakeshwar, 2001, citado por Nelson, 2009c). O autor postula a existência de três diferentes tipos de coping religioso, que podem ser distinguidos como mais positivos ou negativos, relativamente ao impacto que têm no bem-estar (Pargament, Poloma, & Tarakeshwar, 2001, citado por Nelson, 2009c). O tipo de coping considerado como mais adaptativo é o coping colaborativo, provavelmente mais directamente relacionado com a orientação religiosa intrínseca (Nelson, 2009c). Contudo, a investigação indica que a eficiência das estratégias de coping está dependente da situação em que estas são utilizadas (Pargament, Koenig et al., 2000 citado por Nelson, 2009c).

Em relação à variável Prática Religiosa, os valores encontrados indicam a existência de uma relação negativa moderada entre esta variável e a variável Bem-Estar.

Estes resultados vão de encontro com algumas outras investigações realizadas na população portuguesa, nomeadamente a investigação de Dias (2011), em que os resultados obtidos indicaram que os indivíduos religiosos tendem a apresentar índices de depressão médios mais elevados que indivíduos não religiosos. Peixeiro (2011) obtêm resultados que apoiam a hipótese de que é a motivação para a religião, e não a religiosidade em si, que promove maiores níveis de bem-estar.

É necessário ainda considerar a hipótese de que níveis mais baixos de bem-estar podem influenciar a frequência da prática religiosa. Gilfillan (1934, citado por Eisenberg & Lazarsfeld, 1938) considera que, para indivíduos desempregados, a religião pode ter a função de fornecer esperança. Assim, poderia sugerir-se que os indivíduos com níveis mais reduzidos de bem-estar têm a tendência a recorrer às práticas religiosas como forma de lidar com a sua situação actual.

9.2 Objectivo 2

O segundo objectivo desta investigação era verificar a existência de uma relação entre o grau de Objectivos de Vida dos indivíduos desempregados na meia-idade e os seus níveis de bem-estar. No presente trabalho verificou-se uma relação positiva significativa entre o grau de Objectivos de Vida existente e os níveis de bem-

estar reportados. Os resultados obtidos indicam ainda que, neste estudo, a variável Objectivos de Vida é uma variável preditora do Bem-Estar.

Estes resultados são congruentes com a conceptualização de bem-estar de Ryff e o modelo teórico de Frankl. Os objectivos de vida influenciam os comportamentos dos indivíduos (McKnight & Kashdan, 2009), motivando-os a trabalharem e evoluírem no sentido de obter algo com significado pessoal, o que os impele a relacionarem-se com o contexto e comunidade em que se inserem (Bronk, 2013a). A existência desta relação positiva entre as duas variáveis corrobora também a ideia de que, para que os benefícios da existência de objectivos de vida se verifiquem no bem-estar dos indivíduos, não é necessário que estes sejam atingidos, e que a motivação é o principal aspecto contribuinte para o bem-estar (McKnight & Kashdan, 2009).

9.3 Objectivo 3

O último objectivo prendia-se com a investigação do modo como o tempo de desemprego se relacionava com o bem-estar. Os resultados obtidos neste estudo não permitem confirmar a existência de uma relação entre estas duas variáveis.

Conclusões, limitações e implicações futuras

Nesta investigação, os resultados obtidos indicaram a existência de uma correlação negativa tendencialmente significativa entre o bem-estar e as variáveis Idade e Sexo. Verificou-se a existência de uma correlação negativa moderada e estatisticamente significativa entre as variáveis Orientação Religiosa Intrínseca e Práticas Religiosas e a variável Bem-Estar. A análise dos resultados revela a existência de uma correlação negativa moderada e tendencialmente significativa entre as variáveis Bem-Estar e Orientação Religiosa Extrínseca.

Os resultados obtidos indicam também uma correlação positiva forte entre as variáveis Objectivos de Vida e Bem-Estar. Neste estudo, as variáveis Objectivos de Vida e Orientação Religiosa Intrínseca são preditoras da variável Bem-Estar.

É necessário tecer algumas considerações no que concerne às limitações existentes neste estudo. Os resultados deste estudo não são generalizáveis, uma vez que a amostra deste estudo é pequena, e é uma amostra de conveniência, pelo que os resultados não podem ser considerados representativos. Sugere-se a realização de futuras investigações em amostras mais alargadas e mais representativas da população portuguesa. Algumas das correlações encontradas são apenas tendencialmente significativas, pelo que não é possível interpretar estas correlações com segurança.

É necessário também reforçar que alguns dos resultados são apenas tendencialmente significativos, e não estatisticamente significativos.

Novo (2005) considera que, na avaliação do bem-estar psicológico, a aplicação de instrumentos de auto-avaliação não é suficiente. Este tipo de instrumentos não permite avaliar o bem-estar psicológico genuíno, uma vez que este implica não só um nível elevado de bem-estar psicológico na auto-avaliação, como a ausência de sinais psicopatológicos. Assim, a autora defende a necessidade de integrar diferentes indicadores, e não apenas a auto-avaliação.

Dado que alguns dos indivíduos da amostra deste estudo se encontravam actualmente inseridos em formações do Centro de Emprego, seria interessante averiguar a influência da frequência destas na vivência do desemprego, nomeadamente nos níveis de bem-estar dos indivíduos, uma vez que são impostas, mas fornecem uma actividade estruturada com objectivos específicos, o que pode potencialmente satisfazer algumas categorias de experiências que se encontram

afectadas numa situação de desemprego, ou ser percebidas como uma oportunidade que advém desta situação.

Incentiva-se a realização de estudos com a população desempregada portuguesa, de modo a aumentar a compreensão desta questão, actualmente presente na realidade de Portugal. Seria também relevante investigar a relação entre a religiosidade e práticas religiosas e o bem-estar para a população portuguesa, dado que os resultados obtidos nas várias investigações até agora realizadas são paradoxais.

Por último, seria importante a existência de investigação longitudinal acerca da vivência do desemprego e dos níveis de bem-estar dos indivíduos, de modo a promover uma melhor compreensão da flutuação destes níveis ao longo do tempo de desemprego.

Este estudo apresenta-se como um contributo para a investigação do desemprego na população portuguesa, e para a compreensão dos efeitos das variáveis objectivos de vida, religiosidade e tempo de desemprego no bem-estar.

Referências

- Bento, S. P. A., & Jordão, D. F. Impactos Da Não Pertença A Uma Organização Laboral.
- Bronk, K. C. (2013a). Introduction and Definition. *Purpose in Life: A Critical Component of Optimal Youth Development* (pp. 1-20). Springer Science & Business Media.
- Bronk, K. C. (2013b). The Role of Purpose in Optimal Human Functioning. *Purpose in Life: A Critical Component of Optimal Youth Development* (pp. 47-68). Springer Science & Business Media.
- Bronk, K. C. (2013c). Purpose across the Lifespan. *Purpose in Life: A Critical Component of Optimal Youth Development* (pp. 69-90). Springer Science & Business Media.
- Clark, A., & Lelkes, O. (2005). Deliver us from evil: Religion as insurance. *Papers on Economics of Religion*, 603, 1-36.
- Cook, C. H., Powell, A., Sims, A., & Eagger, S. (2011). Spirituality and secularity: Professional boundaries in psychiatry. *Mental Health, Religion & Culture*, 14(1), 35-42. doi:10.1080/13674676.2010.484935
- Dein, S., Cook, C. C., Powell, A., & Eagger, S. (2010). Religion, spirituality and mental health. *The Psychiatrist*, 34(2), 63-64.
- Dias, C. M. (2011). Religiosidade intrínseca e extrínseca: implicações no bem-estar subjectivo de adultos de meia-idade. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Dimas, I. M., Pereira, M. D., & Canavarro, M. C. (2013). Ajustamento psicossocial, ajustamento diádico e resiliência no contexto de desemprego. *Análise Psicológica*, 31(1), 3-16.
- Donahue, M. J., & Nielsen, M. E. (2005). Religion, Attitudes, and Social Behavior. In R. F. Paloutzian, C. L. Park, R. F. Paloutzian, C. L. Park (Eds.) , *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 274-291). New York, NY, US: Guilford Press.
- Dooley, D., Fielding, J., & Levi, L. (1996). Health and Unemployment. *Annual Review Of Public Health*, 17(1), 449.
- Eichhorn, J. (2014). The (non-) effect of unemployment benefits: Variations in

the effect of unemployment on life-satisfaction between EU countries. *Social Indicators Research*, 119(1), 389-404. doi:10.1007/s11205-013-0474-9

- Eisenberg, P., & Lazarsfeld, P. F. (1938). The psychological effects of unemployment. *Psychological Bulletin*, 35(6), 358-390. doi:10.1037/h0063426
- Emmons, R. A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal Of Social Issues*, 61(4), 731-745. doi:10.1111/j.1540-4560.2005.00429.x
- Feather, N. T. (1990a). Theoretical Approaches from the Study of Work, Employment, and Unemployment. In *The Psychological Impact of Unemployment* (pp. 25-45). New York, NY, US: Springer-Verlag Publishing. doi:10.1007/978-1-4612-3250-6
- Feather, N. T. (1990b). Epilogue. In *The Psychological Impact of Unemployment* (pp. 229-254). New York, NY, US: Springer-Verlag Publishing. doi:10.1007/978-1-4612-3250-6
- Feather, N. T. (1990c). Theoretical Approaches: Some Wider Frameworks. In *The Psychological Impact of Unemployment* (pp. 47-82). New York, NY, US: Springer-Verlag Publishing. doi:10.1007/978-1-4612-3250-6
- Ferriss, A. L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal Of Happiness Studies*, 3(3), 199-215. doi:10.1023/A:1020684404438
- Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press.
- Fryer, D. (1985). Stages in the psychological response to unemployment: A (Dis)integrative Review. *Current Psychological Research & Reviews*, 257-273.
- Fryer, D., & Fagan, R. (2003). Poverty and unemployment. In S. C. Carr, T. S. Sloan, S. C. Carr, T. S. Sloan (Eds.), *Poverty and psychology: From global perspective to local practice* (pp. 87-101). New York, NY, US: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Fryer, D., & Payne, R. (1984). Proactive behaviour in unemployment: Findings and implications. *Leisure studies*, 3(3), 273-295. doi: 10.1080/02614368400390231
- Garrett, A. F. A. (2010). A influência da religião-espiritualidade na saúde: apoio social e estratégias de coping como variáveis mediadoras. Dissertação

de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.

- George, L. K., Larson, D. B., Koenig, H. G., & McCullough, M. E. (2000). Spirituality and health: What we know, what we need to know. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 19(1), 102-116. doi:10.1521/jscp.2000.19.1.102
- Gonçalves, M. (2005). Evoluções recentes do desemprego em Portugal. Faculdade de Letras, Universidade do Porto.
- Green, F. (2011). Unpacking the misery multiplier: How employability modifies the impacts of unemployment and job insecurity on life satisfaction and mental health. *Journal Of Health Economics*, 30265-276. doi:10.1016/j.jhealeco.2010.12.005
- Grün, C., Hauser, W., & Rhein, T. (2010). Is Any Job Better than No Job? Life Satisfaction and Re-employment. *Journal Of Labor Research*, 31(3), 285. doi:10.1007/s12122-010-9093-2
- Guedes, S., Álvaro, J., Figueiredo, A., Souza, T., & Coelho, G. (2010). Atribuições de causas ao desemprego e valores pessoais / Attributions of causes for unemployment and personal values. *Estudos De Psicologia (Natal)*, (3), 309. doi:10.1590/S1413-294X2010000300011
- Guimarães, H., & Avezum, A. (2007). O impacto da espiritualidade na saúde física / Impact of spirituality on physical health. *Archives Of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 88. doi:10.1590/S0101-60832007000700012
- Hanisch, K. A. (1999). Review Article: Job Loss and Unemployment Research from 1994 to 1998: A Review and Recommendations for Research and Intervention. *Journal Of Vocational Behavior*, 55188-220. doi:10.1006/jvbe.1999.1722
- Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009a). The psychological nature and functions of religion. *The Psychology of Religion: An Empirical Approach* (pp. 1-20). New York: Guilford Press.
- Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009b). Adult religious issues. *The Psychology of Religion: An Empirical Approach* (pp. 140-173). New York: Guilford Press.
- Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009c). Religion, Health,

Psychopathology, and Coping. *The Psychology of Religion: An Empirical Approach* (pp. 435-476). New York: Guilford Press.

- Hull, B. B. (2000). Religion Still Matters. *Journal Of Economics* (03616576), 26(2), 35.
- Jacobson, D. (1987). Models of stress and meanings of unemployment: Reactions to job loss among technical professionals. *Social Science & Medicine*, 24(1), 13-21.
- Jahoda, M. (1988). Economic recession and mental health: Some conceptual issues. *Journal of Social Issues*, 44(4), 13-23. doi: 10.1111%2Fj.1540-4560.1988.tb02089.x
- Koenig, H. G., Larson, D. B., & Larson, S. S. (2001). Religion and coping with serious medical illness. *The Annals Of Pharmacotherapy*, 35(3), 352.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal Of Personality*, 1(3), 141.
- Lobo, A. L. (2012). Religiosidade e sintomatologia depressiva: influência do nível de escolaridade nesta relação e da ruralidade na vivência religiosa. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Lucas, R. E., & Gohm, C. L. (2000). Age and sex differences in subjective well-being across cultures. *Culture and subjective well-being*, 3, 291-317.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment Alters the Set Point for Life Satisfaction. *Psychological Science*, 15(1), 8-13. doi:10.1111/j.0963-7214.2004.01501002.x
- Matthews, D. A., McCullough, M. E., Larson, D. B., Koenig, H. G., Swyers, J. P., & Milano, M. G. (1998). Religious Commitment and Health Status: A Review of the Research and Implications for Family Medicine. *Archives Of Family Medicine*, 7(2), 118.
- McKnight, P. E., & Kashdan, T. B. (2009). Purpose in life as a system that creates and sustains health and well-being: An integrative, testable theory. *Review Of General Psychology*, 13(3), 242-251. doi:10.1037/a0017152
- Menéndez, M. A. (2007). Religiosidade e valores em Portugal: comparação com a Espanha e a Europa católica. *Análise Social*, (184). 757.
- Miller, L., & Kelley, B. S. (2005). Relationships of Religiosity and Spirituality

with Mental Health and Psychopathology. In R. F. Paloutzian, C. L. Park, R. F. Paloutzian, C. L. Park (Eds.) , *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 460-478). New York, NY, US: Guilford Press.

- Miller, P. H. (1993). Freud's and Erikson's Psychoanalytic Theories. *Theories of developmental psychology* (pp. 107-175). New York : W. H. Freeman and Company. 1993.
- Nelson, C. A. (2009). The Role of Spirituality in the Relationship Between Religiosity and Depression in Prostate Cancer Patients. *Annals Of Behavioral Medicine*, 38(2), 105-114.
- Nelson, J. M. (2009a). Introduction to Psychology, Religion, and Spirituality. *Psychology, Religion & Spirituality* (pp. 3-42). doi:10.1007/978-0-387-87573-6_1
- Nelson, J. M. (2009b). Religion, Spirituality, and Development in Adulthood. *Psychology, Religion & Spirituality* (pp. 273-308). doi:10.1007/978-0-387-87573-6_1
- Nelson, J. M. (2009c). Religion, Spirituality, and Physical Health. *Psychology, Religion & Spirituality* (pp. 311-346). doi:10.1007/978-0-387-87573-6_1
- Novo, R. F. (2005). We need more than self-reports: contributo para a reflexão sobre as estratégias de avaliação do bem-estar. *Revista de Psicologia, Educação e Cultura*, 9, 477-495.
- Observatório Português dos Sistemas de Saúde. (2010). Relatório de Primavera: Desafios em Tempos de Crise.
- Observatório Português dos Sistemas de Saúde. (2015). Relatório de Primavera: Acesso aos cuidados de saúde. Um direito em risco?.
- Park, C. L. (2005). Religion as a meaning- making framework in coping with life stress. *Journal of Social Issues*, 61(4), 707-729.
- Peixeiro, A. R. (2011). Estudo transcultural da influência de variações na religiosidade sobre o bem-estar e a depressão. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Pena, J. M. (2013). O impacto do desemprego no funcionamento familiar e na ideação suicida. Dissertação de Mestrado em Psicologia Aplicada. ISPA.
- Pinquart, M. (2002). Creating And Maintaining Purpose In Life In Old Age: A Meta-Analysis. *Ageing International*, 27(2), 90.

- Rocha, Neusa Sica da, & Fleck, Marcelo Pio da Almeida. (2011). Avaliação de qualidade de vida e importância dada a espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais (SRPB) em adultos com e sem problemas crônicos de saúde. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 38(1), 19-23. doi: 10.1590/S0101-60832011000100005.
- Rodrigues, E. (2012). Dimensões psicológicas do Desemprego: relações entre Adaptabilidade, Esperança, Bem-Estar e Saúde. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação. Faculdade de Psicologia, Universidade de Coimbra.
- Rodrigues, F. M. D. S. (2010). Religiosidade intrínseca e extrínseca: Implicações no bem-estar psicológico de adultos séniores. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D., & Keyes, C. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28. doi:10.1207/s15327965pli0901_1
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal Of Happiness Studies*, 9(1), 13. doi:10.1007/s10902-006-9019-0
- Salgueiro, T. R. (2013). Impacto da Crise Socioeconómica na Saúde Mental e no Consumo de Substâncias. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação. Faculdade de Psicologia, Universidade de Coimbra.
- Sampaio, M. M. (2013). A situação de desemprego: relações entre a esperança e o ajustamento psicológico. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação. Faculdade de Psicologia, Universidade de Coimbra.
- SEDES, (2012). O impacto da crise no bem-estar dos Portugueses. Pesquisa realizada para a Sedes.
- Silva, J. F. (2014). O impacto do desemprego na saúde mental em função do meio sociogeográfico (rural e urbano). Dissertação de Mestrado em Medicina.

Universidade da Beira Interior.

- Silva, M., & Zanello, V. M. (2010). Religiosidade e loucura: a influência da religião na forma como o "doente mental" enfrenta a doença. *Psicol. IESB*, 2(1), 37-47.
- Sílvia, J. (2011). Depressão e trabalho: ruptura de laço social / Depression and work: breaking the social bond. *Revista Brasileira De Saúde Ocupacional*, (123), 84. doi:10.1590/S0303-76572011000100008
- Taranu, O. (2011). Estudo da relação entre resiliência e espiritualidade numa amostra portuguesa.
- Toste, C. (2012). A sintomatologia depressiva e a religiosidade na meia-idade feminina. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Valadas, C. (2013). Mudanças nas políticas: Do (des)emprego à empregabilidade / Changements dans les politiques du marché du travail: de l'emploi à l'employabilité / Changes in Labour Market Policies: From (Un)Employment to Employability. *Revista Crítica De Ciências Sociais*, (102), 89. doi:10.4000/rccs.5479
- Vieira, F. (2014). Impacto do desemprego no bem-estar psicológico. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Faculdade de Psicologia, Universidade Lusófona do Porto.
- Volcan, S. A., Sousa, P. R., Mari, J. J., & Horta, B. L. (2003). Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal.
- Walsh, Susan, and Paul R. Jackson. 1995. "Partner support and gender: Contexts for coping with job loss." *Journal Of Occupational And Organizational Psychology* 68, no. 3: 253-268. *PsycINFO*, EBSCOhost (accessed September 29, 2015).
- Warr, P. B. (2007a). Control, Skill, and Goals. *Work, Happiness, and Unhappiness* (pp.141-182). Mahwah, N.J.: Psychology Press.
- Warr, P. B. (2007b). Variety, Clarity, and Social Contact. *Work, Happiness, and Unhappiness* (pp.183-202). Mahwah, N.J.: Psychology Press.
- Warr, P. B. (2007c). Constant Effects Beyond a Threshold. *Work, Happiness, and Unhappiness* (pp.111-140). Mahwah, N.J.: Psychology Press.
- Warr, P. B. (2007d). The Vitamin Analogy. *Work, Happiness, and*

Unhappiness (pp.81-110). Mahwah, N.J.: Psychology Press.

- Warr, P. B. (2007e). Differences Between Sets of People. *Work, Happiness, and Unhappiness* (pp.281-226). Mahwah, N.J.: Psychology Press.
- Warr, P. B. (2007f). Unemployment and Retirement: Role Preference and Other Influences. *Work, Happiness, and Unhappiness* (pp. 61-80). Mahwah, N.J.: Psychology Press.
- Warr, P., & Jackson, P. (1987). Adapting to the unemployed role: A longitudinal investigation. *Social Science & Medicine*, 25(11), 1219-1224.
- Warr, P., Jackson, P., & Banks, M. (1988). Unemployment and mental health: Some British studies. *Journal of social issues*, 44(4), 47-68.
- Williams, D. R., & Sternthal, M. J. (2007). Spirituality, religion and health: evidence and research directions. *Medical journal of Australia*, 186(10), S47.
- World Health Organization (2009). The Financial Crisis and Global Health - Report of a High-Level Consultation. Geneva